

## HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN *SELF-EFFICACY BELIEF* DALAM PENYELESAIAN TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA

Kenny Nur Fitri<sup>1</sup>  
Anita Zulkaida<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma  
Jl. Margonda Raya 100 Depok, 16424 Jawa Barat  
<sup>2</sup>zulkaida03@yahoo.com

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa. Jumlah partisipan sebanyak 86 mahasiswa. Data diperoleh melalui skala kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief*. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa.

**Kata Kunci :** kecerdasan emosional, *self-efficacy belief*, penyelesaian tugas akhir, mahasiswa.

### PENDAHULUAN

Salah satu syarat untuk memperoleh gelar akademik di perguruan tinggi adalah menghasilkan karya tulis yang dikenal sebagai skripsi atau tugas akhir. Dalam proses penyelesaian tugas akhir ini tentu banyak masalah yang akan dihadapi mahasiswa, mulai dari proses pemilihan judul, proses pembimbingan, pencarian literatur, penulisan hasil penelitian sampai dengan sidang sarjana. Kendala-kendala yang dihadapi dapat menyebabkan mahasiswa menjadi stres dan merasa tidak yakin bahwa dirinya akan mampu menyelesaikan tugas akhirnya. Kondisi ini berkaitan dengan konsep *self-efficacy belief*, yaitu suatu keyakinan pada individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk dapat menampilkan tingkah laku yang akan mengarahkannya kepada hasil yang diharapkan.

Kajian mengenai *self-efficacy belief* menjadi penting karena seperti yang dikemukakan Chermers dkk (2001), *self-efficacy belief* merupakan alat yang dapat memprediksi *academic performer*, yang akan menentukan besarnya usaha atau keuletan yang dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas dan kegiatannya. Penelitian Turner dkk (2009) juga menunjukkan bahwa *self-efficacy belief* akan mempengaruhi *academic performance*, di mana individu yang yakin akan

kemampuan dirinya untuk mencapai prestasi akademik maka individu tersebut benar-benar memperoleh keberhasilan dalam akademiknya.

Bandura (1986) mengemukakan bahwa suasana hati yang negatif akan dapat menurunkan *self-efficacy belief*. Berkaitan dengan penyelesaian tugas akhir, untuk dapat mengatasi kondisi yang menyebabkan stres dan membuat suasana hati menjadi negatif, tentunya diperlukan kemampuan untuk dapat mengelola berbagai emosi yang muncul dari dalam diri. Kemampuan untuk menyadari serta mengelola suasana hati dan emosi atau lebih dikenal dengan istilah kecerdasan emosional kemudian menjadi kajian yang penting untuk diteliti dalam kaitannya dengan *self-efficacy belief*, khususnya pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional, dengan variabel prediktor adalah kecerdasan emosional, dan variabel kriterium adalah *self-efficacy belief*. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Gunadarma yang sedang menger-



jakan tugas akhir, berjenis kelamin pria maupun wanita dengan jumlah partisipan sebanyak 86 orang. Teknik *sampling* yang dipakai adalah *purposive sampling*.

Skala yang digunakan untuk mengukur kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* berbentuk skala Likert. Skala kecerdasan emosional disusun berdasarkan komponen-komponen dari Salovey (dalam Goleman, 2005) yang meliputi : mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan keterampilan sosial. Untuk skala *self-efficacy belief* digunakan dimensi dari Bandura (1997) yaitu *magnitude*, *generality* dan *strength*. Guna mengukur hubungan antara kedua variabel digunakan analisis statistik *correlations product moment Pearson*, dengan bantuan program SPSS for windows Ver. 17

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari analisis data yang dilakukan, diketahui bahwa koefisien korelasi antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* sebesar 0,636 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Dari hasil tersebut, terlihat adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional mahasiswa maka semakin tinggi *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir, sedangkan semakin rendah kecerdasan emosional mahasiswa maka akan semakin rendah pula *self-efficacy belief* yang dimilikinya.

Lewis (dalam Nugroho, 2007) menyatakan bahwa cara berpikir, perasaan, motivasi dan perilaku seseorang dapat mempengaruhi *self-efficacy belief*. Bandura (1986) juga mengemukakan bahwa salah satu sumber dari *self-efficacy belief* adalah kondisi emosi, dimana suasana hati atau *mood* dapat mempengaruhi penilaian seseorang akan kemampuan diri. Kecerdasan emosional individu, yang digambarkan oleh Cooper dan Sawaf (2001) sebagai kemampuan untuk merasakan, memahami dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energy, juga kemampuan untuk dapat menanggapi dengan tepat emosi yang sedang dirasakan dan menerapkan secara efektif

dalam kehidupan sehari-hari, tentunya akan dapat mendorong individu, khususnya dalam hal ini adalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir, untuk menjadi menjadi lebih positif dalam menilai diri dan kemampuan dirinya, serta menjadi lebih yakin bahwa dirinya akan mampu untuk dapat segera menyelesaikan tugas akhirnya.

Salah satu komponen dari kecerdasan emosional adalah motivasi diri. Menurut Goleman (2005), motivator yang paling berdaya guna adalah motivator dari dalam diri sendiri. Individu yang memiliki motivasi yang tinggi, dapat mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif serta dapat bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Hal tersebut tentu berpengaruh terhadap keyakinan diri individu tersebut sehingga dapat menimbulkan sikap yang optimis dan dorongan untuk memenuhi standar keberhasilan.

Dari hasil analisis deskripsi diketahui bahwa partisipan yang tinggal bersama orang tua memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan lainnya. Hal ini mungkin disebabkan individu yang tinggal bersama orang tuanya lebih dapat mengembangkan kemampuan emosinya dengan mengembangkan kemampuan antar pribadinya dalam rutinitas sehari-hari dalam keluarga. Seperti yang dikatakan oleh Goleman (2007) kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Semua bentuk interaksi antara orang tua dan anaknya mempunyai makna emosional tersembunyi dan dapat menjadi landasan individu dalam membentuk inti pandangan serta kemampuan emosionalnya.

Begitupun jika dilihat dari segi *self-efficacy belief*, partisipan yang tinggal bersama orang tua memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi. Hal ini kemungkinan disebabkan karena individu tersebut selain memiliki motivasi intristik juga mendapatkan faktor dukungan dari orang tua bahwa individu tersebut mampu untuk melakukan aktifitas tertentu. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Bandura (1986), bahwa salah satu sumber dari *self-efficacy belief* adalah persuasi verbal. Seseorang yang diyakinkan secara verbal bahwa individu tersebut memiliki kemampuan untuk melakukan aktifitas tertentu akan membentuk *self-efficacy belief*



pada diri individu tersebut dan dapat membuat individu yang bersangkutan melakukan usaha lebih keras.

Partisipan yang berjenis kelamin wanita memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan pria. Hal ini mungkin sesuai dengan yang dikemukakan Block (dalam Goleman, 2007) bahwa kaum wanita cenderung lebih mampu untuk menyesuaikan diri dengan beban stress. Kondisi sebagai mahasiswa juga akan mendorong wanita untuk memandang dirinya secara positif sehingga wanita lebih mampu untuk menyesuaikan diri dengan beban stres.

Begitupun jika dilihat dari segi *self-efficacy belief*, partisipan wanita memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan pria. Hal ini mungkin karena wanita cenderung menggunakan beberapa cara untuk mengembangkan *self-efficacy belief*. Dalam penelitiannya, Zeldin dan Pajares (dalam Usher, 2009) menanyakan kepada para wanita yang telah sukses di dalam karir mereka, tentang situasi dan kondisi apa saja yang mempengaruhi karir mereka, dan didapat hasil bahwa pengalaman perumpanan dan persuasi sosial mempunyai pengaruh yang berarti bagi para wanita untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Partisipan yang bekerja memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak bekerja. Hal ini mungkin disebabkan karena partisipan yang bekerja telah senantiasa mengalami dan berusaha mengelola emosi atau melakukan pengaturan diri, baik dalam menghadapi stres di penyelesaian tugas akhir maupun stres kerja. Partisipan yang bekerja memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi. Hal ini mungkin disebabkan karena mereka telah terbiasa untuk menghadapi berbagai masalah, baik di pekerjaan maupun perkuliahan, dan senantiasa berusaha mengatasinya. Bandura (1986) mengemukakan bahwa pengalaman di masa lalu dapat membuat individu belajar mengenai hal yang diperlukan untuk sukses serta membentuk keyakinan akan kemampuan diri. Selain itu, pengalaman keberhasilan di masa lalu, dapat meningkatkan *self-efficacy belief*.

Kelompok partisipan yang mengikuti kegiatan keorganisasian memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak mengikuti. Hal ini mung-

kin dikarenakan partisipan yang mengikuti organisasi lebih memiliki banyak kesempatan untuk dapat mengasah keterampilan dalam mengatur diri dan membina hubungan dengan orang lain.

Goleman (2007) menyatakan bahwa salah satu komponen yang harus dimiliki oleh individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik adalah keterampilan sosial. Dengan keterampilan sosial ini individu akan mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, mampu berinteraksi dengan lancar serta menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk bermusyawarah, menyelesaikan perselisihan dan bekerja sama dalam tim. Partisipan yang mengikuti kegiatan keorganisasian juga memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi. Hal ini mungkin disebabkan karena individu telah terbiasa untuk aktif berperan dalam lingkungan ataupun organisasi yang diikutinya. Bandura (1986) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *self-efficacy belief* adalah status atau peran individu dalam lingkungan. *Self-efficacy belief* seseorang yang dalam lingkungannya berperan sebagai pemimpin cenderung lebih tinggi dibandingkan seseorang yang berperan sebagai bawahan.

Berdasarkan lama mengerjakan tugas akhir, diketahui bahwa kelompok partisipan yang sedang mengerjakan tugas akhir dalam waktu kurang dari satu tahun, lebih tinggi kecerdasan emosionalnya dibandingkan dengan kelompok partisipan lainnya. Hal ini mungkin disebabkan karena pada masa-masa awal pengerjaan tugas akhir, individu cenderung masih menikmati situasi baru dan memiliki semangat serta motivasi yang kuat untuk menghadapi segala tantangan sehingga individu tersebut mampu menggerakkan diri serta menghasilkan kinerja yang terbaik. Goleman (2005) mengatakan bahwa *flow* atau aliran adalah pemotivasi yang paling unggul. Kegiatan-kegiatan yang sangat dinikmati akan membuat individu semakin aktif dan tenggelam dalam aliran kegiatan sewaktu mengerjakannya. *Flow* berkembang ketika keterampilan menjadi begitu menyatu dengan diri individu sendiri, misalnya ada proyek atau kegiatan yang membuat individu menyerahkan segala daya dan situasi baru dan sangat menantang.



Kelompok partisipan yang sedang mengerjakan tugas akhir selama kurang dari satu tahun juga memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok lainnya. Hal ini kemungkinan disebabkan karena mereka memiliki keyakinan diri yang kuat bahwa dirinya akan mampu untuk menyelesaikan tugas akhir sesuai dengan target yang diharapkan sedangkan keyakinan diri pada individu yang sudah lebih dari satu tahun mengerjakan tugas akhir cenderung sudah menurun, hal ini mungkin disebabkan karena individu tersebut tidak bisa menyelesaikan tugas akhir sesuai dengan target yang dibuat sehingga individu tersebut menjadi pesimis. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Bandura (1997) bahwa salah satu dimensi dari *self-efficacy belief* adalah *strength* atau kuatnya keyakinan, di mana kuatnya keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya akan mempengaruhi *self-efficacy belief*.

Kelompok partisipan yang memiliki IPK di atas 3,50 mempunyai kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan kelompok partisipan lainnya. Hal ini mungkin disebabkan karena partisipan yang memiliki IPK di atas 3,50 telah terbiasa memotivasi diri sendiri. Goleman (2007) berpendapat bahwa individu yang dapat memotivasi diri sendiri, akan mampu mengendalikan diri secara emosional, menahan diri terhadap kepuasan dan dapat mengendalikan dorongan hati. Partisipan yang memiliki IPK di atas 3,50 juga mempunyai *self-efficacy belief* yang paling tinggi. Hal ini mungkin disebabkan karena individu telah terbiasa dengan segala tantangan yang ditemui serta dapat mengatasi kendala-kendala tersebut guna mewujudkan apa yang menjadi impiannya. Bandura (1986) bahwa salah satu sumber yang harus dimiliki oleh individu yang memiliki *self-efficacy belief* yang kuat adalah pengalaman keberhasilan. *Self-efficacy belief* yang kuat terbentuk melalui pengalaman melewati masa-masa sulit yang membutuhkan banyak usaha.

Jika dilihat berdasarkan fakultas, diketahui bahwa partisipan dari fakultas psikologi memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibanding partisipan dari fakultas lain. Hal ini mungkin disebabkan karena partisipan dari fakultas psikologi selama perkuliahan mempelajari ilmu mengenai perilaku manusia, juga tentang metode dalam meng-

interpretasi tingkah laku individu, mengenal karakter kepribadian seseorang serta cara-cara dalam mengelola emosi sehingga partisipan dapat lebih memahami karakter kepribadiannya termasuk memahami emosi dalam diri serta cara menanggulangi emosi tersebut agar tetap dalam batas yang wajar.

Partisipan dari Fakultas Psikologi juga memiliki *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan fakultas lain. Hal ini mungkin disebabkan karena partisipan dapat menerapkan dan mengaplikasikan ilmu-ilmu yang diperoleh selama perkuliahan ke dalam kehidupannya sehari-hari. Dalam penelitian Hutchison dkk. (dalam Usher, 2009) ditanyakan kepada para mahasiswa tentang faktor apa saja yang mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa tersebut hingga bisa sukses di dalam lingkungan pembelajarannya. Para mahasiswa umumnya menjawab bahwa menguasai isi dari pembelajaran dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa tersebut.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa, artinya semakin tinggi kecerdasan emosional mahasiswa maka semakin tinggi *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir, sedangkan semakin rendah kecerdasan emosional mahasiswa maka akan semakin rendah pula *self-efficacy belief* yang dimilikinya.

Hasil analisis deskripsi partisipan menunjukkan bahwa berdasarkan domisili, partisipan yang tinggal bersama orang tua memiliki kecerdasan emosional dan segi *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan yang tinggal bersama saudara ataupun kost. Berdasarkan jenis kelamin, partisipan wanita memiliki kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan pria.

Jika dilihat berdasarkan bekerja atau tidaknya partisipan, diketahui bahwa partisipan yang bekerja mempunyai kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief*, yang lebih tinggi daripada yang tidak bekerja. Berdasarkan ikut tidaknya partisipan dalam ke-



giatan keorganisasian, diketahui bahwa partisipan yang mengikuti organisasi memiliki kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak mengikuti organisasi.

Berdasarkan lamanya mengerjakan tugas akhir, diketahui bahwa partisipan yang sedang mengerjakan tugas akhir kurang dari 1 tahun memiliki kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan lain. Begitupun halnya jika dilihat berdasarkan IPK, partisipan yang memiliki IPK diatas 3,50 memiliki kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* yang paling tinggi. Adapun berdasarkan fakultas, partisipan dari fakultas psikologi memiliki kecerdasan emosional dan *self-efficacy belief* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan lain

#### Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah (1) Bagi partisipan penelitian, diharapkan agar dapat lebih meningkatkan kecerdasan emosional yang dimilikinya agar dapat meningkatkan pula *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir sehingga partisipan dapat segera menyelesaikan tugas akhirnya karena lebih mampu mengatasi hambatan-hambatan yang dihadapinya. (2) Bagi mahasiswa yang akan atau sedang mengerjakan tugas akhir, dapat belajar untuk mengasah dan meningkatkan kecerdasan emosional yang dimilikinya karena dapat menunjang *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas, sehingga dapat memperlancar dalam penyelesaian tugas akhir. (3) Bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti mengenai *self-efficacy belief* dalam penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa, disarankan untuk mencari variabel-variabel lainnya yang mungkin memiliki

hubungan dengan *self-efficacy belief* seperti pola asuh keluarga, dukungan sosial atau derajat stres.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. 1986 *Social foundation of thought and action a social cognitive theory* Prentice Hall, Englewood Cliffs.
- Bandura, A. 1997 *Self-efficacy in changing societies* Cambridge University Press., New York.
- Chemers, M.M., Hu, L., & Gracia, B.F. 2001 Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93 (1) 55-64
- Cooper, R., & Sawaf, A. 2001 *Executive EQ emotional intelligence in business* Orion Publishing Group, United Kingdom.
- Goleman, D. 2005 *Working with emotional intelligence: Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi* PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Goleman, D. 2007 *Emotional intelligence : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Alih bahasa : T. Hermaya PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Nugroho, O. A. 2007 *Self-efficacy*. <http://wimamadiun.com/obedan/wp-content/uploads/2008/04/self-efficacy%20selfadjustment%20achievement.pdf> (17 Juni 2008).
- Turner, E. A., Megan, C., & Robert, W. F. 2009 The influence of parenting styles, achievement motivation, and self-efficacy on academic performance in college students *Journal of College Student Development*, 50(3), 337-346.
- Usher, E. L. 2009 Sources of middle school students' self-efficacy in mathematics : A qualitative investigation *American Educational Research Journal*, 46(1), 275-31.